

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan, penerapan pendekatan bermain dapat diterapkan dan dilaksanakan dalam pembelajaran aktivitas berlari. Namun dalam proses pelaksanaan atau penerapannya, ada beberapa hal yang dapat disimpulkan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas berlari di SMPN 2 Sindang kabupaten Indramayu masih belum terlaksana dengan baik, namun hasil penelitian ini menunjukkan perkembangan yang positif pada hasil belajar dan beberapa domain pembelajaran, yaitu :
 - a. Dalam dimensi afektif, meskipun tidak melalui proses pengujian secara deskriptif, siswa dapat menunjukkan perkembangan dalam sikap kompetitif dan kesungguhan.
 - b. Dalam dimensi kognitif, meskipun tidak melalui proses pengujian secara deskriptif, siswa dapat memahami konsep dari permainan yang diberikan, khususnya yang berhubungan dengan prinsip – prinsip gerak lari.
 - c. Dalam dimensi psikomotor, meskipun tidak melalui proses pengujian secara deskriptif, siswa dapat menunjukkan perkembangan dan peningkatan gerak spesifik lari.
2. Mengembangkan potensi peneliti dalam hal pembelajaran, setelah peneliti melakukan penelitian ini peneliti lebih memahami tentang implementasi pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas berlari, sebagai bekal pengajaran di sekolah.
3. Guru PJOK di SMP Negeri 2 Sindang Kabupaten Indramayu menjadi tertarik untuk mengimplementasikan pendekatan bermain dalam

pembelajaran aktivitas berlari, karena siswa lebih menyukai pembelajaran aktivitas berlari dengan menggunakan pendekatan bermain.

B. Saran

Dengan berpedoman pada data-data yang diperoleh serta dalam rangka membantu mengembangkan proses pembelajaran dan mengatasi hambatan-hambatan pada kegiatan belajar mengajar khususnya dalam pembelajaran aktivitas berlari. Maka penulis mengungkapkan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Dalam pembelajarannya guru dituntut untuk lebih kreatif dan variatif dalam kegiatan belajar mengajar sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam pembelajaran.
2. Dalam menerapkan model pendekatan bermain, sebaiknya menjelaskan aturan main yang berlaku se jelas mungkin kepada siswa, agar kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.
3. Dalam pembelajaran lari tidak boleh dilakukan terus menerus dalam melakukan bentuk permainan yang sama.
4. Para mahasiswa diharapkan dapat memahami permainan yang telah diberikan oleh guru pendidikan jasmani sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai .
5. Kepada rekan mahasiswa, disarankan untuk menerapkan pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas berlari dan bisa lebih baik serta lebih cermat dalam pengamatan terhadap penelitian yang dilakukannya.